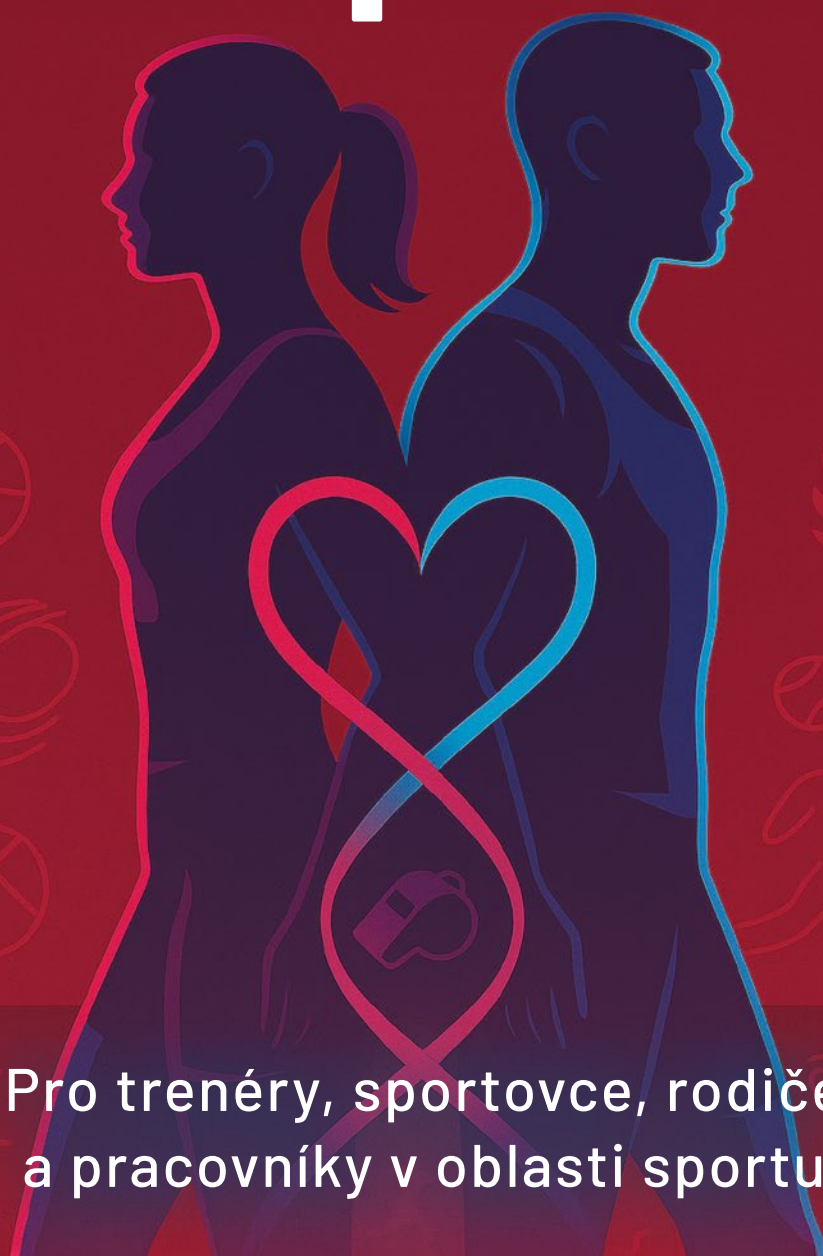


Dana Štěrbová, Zbyněk Svozil & Petr Krol

Sexualita ve sportu



Pro trenéry, sportovce, rodiče
a pracovníky v oblasti sportu

Dana Štěrbová, Zbyněk Svozil & Petr Krol

SEXUALITA VE SPORTU

Pro trenéry, sportovce, rodiče
a pracovníky v oblasti sportu

GRADA PUBLISHING

doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D., doc. PhDr. Zbyněk Svozil, Ph.D., Mgr. Petr Krol, Ph.D.

SEXUALITA VE SPORTU

Pro trenéry, sportovce, rodiče a pracovníky v oblasti sportu

Recenzenti:

PhDr. RNDr. Adriana Kaplánová, Ph.D.

Mgr. Ilona Burgrová

Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce nakladatelství Grada Publishing, a.s.

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

obchod@grada.cz, www.grada.cz

tel.: +420 234 264 401

jako svou 10 291. publikaci

Odpovědný redaktor Martin Jun

Jazyková korektura Ondřej Kučera

Návrh obálky a sazba Miroslav Ferdinand

Počet stran 240

První vydání, Praha 2025

Vytiskla TISKÁRNA V RÁJLI, s.r.o., Pardubice

© Grada Publishing, a.s., 2025

Ilustrace na obálce: generováno nástrojem ChatGPT (OpenAI)

Logo PEPE je chráněno ochrannou známkou.

ISBN 978-80-271-8253-4 (pdf)

ISBN 978-80-271-5618-4 (print)

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou bez souhlasu nositele práv zakázány.

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků.

Obsah

Předmluva	9
Seznam zkratk	10
Poděkování	11
Úvod	12

I. ČÁST

SEXUALITA TRENÉRŮ A SPORTOVců – ÚVOD DO PROBLEMATIKY ... 19

1. Exkurz do minulosti	19
2. Sexualita, sport a bezpečí	22
3. Sexualita a Desatero bezpečí ve sportu – o čem by se mělo mluvit	25
4. Doteky	28
5. Grooming ve sportu	35
5.1. Trenér jako preventista groomingu	40
6. Sexuální a emoční obtěžování a zneužívání ve sportu	42
6.1. Sexuální zneužívání jako citlivá oblast studia	43
6.2. Emoční obtěžování a emoční zneužívání	47
6.3. Možnosti prevence sexuálního a emočního obtěžování a zneužívání ve sportovní praxi	48
7. Komunikace, sexualita a virtuální doba	52
8. LGBTQIA+	57

II. ČÁST

SEXUALITA TRENÉRŮ A SPORTOVců + MÉDIA 61

1. Mediální obraz – morální panika a sportovní skandál	61
2. Vztahy – přátelství, romantika, milostný vztah... a jejich možná rizika ...	65
3. Doteky ve sportu	71
4. Slova – jazyk agresora, jazyk oběti, jazyk moci soudní, novinářský jazyk	74

5. Koncept „NE znamená NE“	83
6. LGBTQIA+ a homofobie	86

III. ČÁST

SEXUALITA TRENÉRŮ A SPORTOVců – BEZPEČÍ V PRAXI 96

1. Témata, o nichž se méně mluví.....	96
2. Safeguarding.....	100
3. Základy vedení tréninku a bezpečí v něm	108
4. Metoda SEMAFOR – hranice bezpečí.....	114
5. Metoda Silueta postavy – hranice bezpečí	119

IV. ČÁST

SEXUALITA TRENÉRŮ A SPORTOVců – CO NA TO VĚDA? 122

1. Výpovědi trenérů a sportovců	122
2. Vztah sportovec–trenér a doteky.....	129
3. Emoji – hranice bezpečí	137
4. DOPS-S – Dotazník přístupu k sexualitě ve sportu.....	141
5. Sexuální chování a sportovní výkon.....	145

V. ČÁST

SEXUALITA TRENÉRŮ A SPORTOVců – SAFEGUARDING: PREVENCE GROOMINGU A SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ VE SPORTU 149

1. Safeguarding – mezinárodní standardy a další dokumenty	149
1.1. Mezinárodní safeguard standardy pro děti ve sportu (International Safeguards for Children in Sport)	150
1.2. Pokyny k prověřování trestní bezúhonnosti a zákazu činnosti (DBS) ve sportu – práce s dětmi (Guidance DBS checks in sport – working with children)	152
1.3. Standardy pro ochranu dětí ve sportu (Standards for safeguarding and protecting children in sport)	155

2. Zásadní dokumenty využitelné pro safeguarding v českém sportovním prostředí.....	163
2.1. Kodex chování trenéra ve vztahu k sexualitě.....	164
2.2. Standard safeguardingu se zaměřením na sexualitu včetně ochrany dětí (SG-SOS-D).....	166
2.3. Dokument k prevenci sexualizovaného chování a sexuálního násilí pro sportovní organizace a organizace spojené se sportem.....	172
3. Modelové situace, jak lze uplatnit Kodex chování trenéra ve vztahu k sexualitě, Standard safeguardingu se zaměřením na sexualitu včetně ochrany dětí (SG-SOS-D) a Dokument k prevenci sexualizovaného chování a sexuálního násilí pro sportovní organizace a organizace spojené se sportem	177
Závěr	181
Zdroje.....	183
Rejstřík.....	191

PŘÍLOHY 195

Příloha č. 1 Šablona metody SEMAFOR – hranice bezpečí.....	195
Příloha č. 2 Šablona Silueta postavy – muž, žena, chlapec, dívka – zepředu a zezadu	196
Příloha č. 3 Kodex chování trenéra ve vztahu k sexualitě.....	200
Příloha č. 4 Kritéria SG-SOS-D.....	201
Příloha č. 5 Příklad záznamu o realizaci kritéria SG-SOS-D	202
Příloha č. 6 Záznam o realizaci kritéria SG-SOS-D.....	203
Příloha č. 7 Souhrn PEPEho hanáckých vyjádření.....	204
Příloha č. 8 Překlad PEPEho hanáckých vyjádření do spisovné češtiny....	206

DODATKY208

Dodatek č. 1. (vztahuje se k části V, kap. 1.2) Guidance DBS checks in sport – working with children	208
Dodatek č. 2 (vztahuje se k části V, kap. 1.3) – vyjádření Anne Tiivas OBE, ředitelky oddělení ochrany dětí ve sportu ke standardům Child Protection in Sport Unit – Standards for safeguarding and protecting children in sport	212
Dodatek č. 3 Pokyny MOV pro mezinárodní federace (MF) a národní olympijské výbory (NOV) vztahující se k ochraně sportovců před obtěžováním a zneužíváním ve sportu	213
Dodatek č. 4 Prevence obtěžování v prostředí sportu v ČR	217
Dodatek č. 5 Výňatek z Etického kodexu tanečního sportu	226
Dodatek č. 6 Národní etický kodex sportu	227

O AUTORECH.....240

Předmluva

Sport a sex. Patří toto spojení ve slušné společnosti na jedno hřiště, dráhu, halu, sportoviště? Na jednu hromadu? Do jedné knihy? Není to jen snaha o lacinou senzaci? A vůbec, v situaci permanentního generačního sporu téměř o všem, není to jen provokace, „clickbait“, přilévání oleje do ohně?

Patří a patří, a není a není. Bez ohledu na pohlaví, gender, sport, či generační příslušnost – fenomény sport a sexualita jsou ze své podstaty bytostně, téměř nerozlučně propojeny. Jak by řekl klasik: „Můžeme o tom vést spory, můžeme s tím nesouhlasit, ale to je tak všechno, co se proti tomu dá dělat.“ (Jára Cimrman ležící, spící).

Tragédií každé citlivé oblasti, každého výbušného, tabuizovaného tématu je mlčení, odvracení zraku, potlačování myšlenek, omezení diskuse. Téma ani jeho problémy tím nezmizí, naopak velmi často pak s překvapivou intenzitou vyhrěznou v té nejtemnější, nejproblematictější a nejbolestivější podobě.

Nejen proto je potřeba sexualitu ve sportu zkoumat, psát o ní, přiblížit ji odborné i laické veřejnosti. A přesně to kniha *Sexualita ve sportu* nabízí. Je kultivovaná, vysoce odborná a současně čtivá, srozumitelná a dobře využitelná v praxi. Autorům se podařila mimořádná věc – integrovat téma sexuality do každodenní sportovní praxe, otevřeně, nebulvárně, s respektem a jasně nastavenými hranicemi. Tak, aby se naše zkušenost se sportem mohla stát tou nejlepší příležitostí pro komplexní osobnostní růst a rozvoj.

Tato kniha je čtenářskou výzvou pro všechny, kdo se sportovní výchově věnují – trenéry, sportovce, rodiče i funkcionáře. Přináší důležité informace, nabízí doporučení, vyzývá k zamyšlení – nad sebou, nad naší prací, nad přístupem k našim svěřencům. Se sexualitou ve sportu, ať se nám to líbí či ne, musíme žít, na sexualitu ve sportu je potřeba reagovat, o sexualitě ve sportu je potřeba mluvit. Jedině tak máme šanci držet krok s dobou, s generační změnou, kultivovat prostředí a předejít problémům, poškozením či traumatům na straně našich svěřenců a koneckonců i na straně nás samotných.

Pro mne osobně je to obohacující čtení. Díky autorům za úsilí, trpělivost a odvahu zpracovat tak důležité téma. Věřím, že je to kniha, která může změnit přístup k sexualitě ve sportu – a já jí přeji co největší množství pozorných čtenářů a co největší využití jejích poznatků v každodenní sportovní praxi.

Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

Seznam zkratk

AI – artificial intelligence (umělá inteligence)

CSA – Child Sexual Abuse

CPSU – Child Protection in Sport Unit

D – Doteky

DBS – Disclosure and Barring Service

DOPS-S – Dotazník přístupu k sexualitě ve sportu

DOPS-TV – Dotazník přístupu k sexualitě ve školní tělesné výchově

G – Gender

GLB – Gay, Lesbian, Bisexual

ChatGPT – Chat Generative Pre-trained Transformer

LGBTQIA+ – lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, intersexual, asexual, +

MF – Mezinárodní federace

MOV – Mezinárodní olympijský výbor

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

NCAA – National Collegiate Athletic Association

NOV – Národní olympijský výbor

NSA – Národní sportovní agentura

NSPCC – The National Society for the Prevention of Cruelty to Children

PMS – Premenstruační syndrom

PZ – Postup/způsob

S – Slova

SG-SOS-D – Standard safeguardingu se zaměřením na sexualitu včetně
ochrany dětí

SPSAYS – Škály vnímání sexuálního zneužívání ve sportu mládeže

T – Tvrzení

USOPC – United States Olympic & Paralympic Committee

Poděkování

Děkujeme Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci za podporu při realizaci výzkumu „Sexualita – hranice v přístupu ke sportovcům a žákům ve sportovní činnosti a tělesné výchově“, uspořádání konferencí Sport a sexualita v trenérské praxi. Poděkování patří také účastníkům výzkumu a panu Mgr. Svatopluku Vlkovi za odborný překlad do hanáčtiny.

Úvod

S knihou o sexualitě ve sportu se možná čtenář ještě nesetkal. Může ho překvapit, o čem všem se ve sportu nemluví, ale je potřeba mluvit. Spojení sport a sexualita existovalo, existuje a bude existovat, jen se zatím této problematiky v rámci českého sportovního prostředí v tomto rozsahu nikdo neujal. Autoři textu se rozhodli tohoto nesnadného úkolu zhostit.

Kniha má pět hlavních částí týkajících se sexuality trenérů a sportovců se zaměřením na: úvod do problematiky, média, bezpečí v praxi, vědu, safeguarding. V páté části jsou uvedeny základní dokumenty využitelné pro safeguarding v českém sportovním prostředí a konkrétní praktické příklady i problémové situace s návrhy jejich řešení. Přílohy umožňují přímé zavedení podmínek bezpečného prostředí ve sportovní praxi.

Za každým tematickým celkem se čtenář setkává s psychologem PEPEm, jeho komentářem a otázkami k diskusi. Jedná se o fiktivní postavu sportovního psychologa z Hané. S ním se čtenáři mohli setkat již v knize *Sportovní psychologie* (Štěrbová, Pernicová, Krol, Šafář, 2022) a *Můj mentální trenér* (Pernicová et al., 2025). PEPE neví vše o sexualitě ve sportu stejně jako autoři. Proto zde není v roli rádce jako ve *Sportovní psychologii*. Neříká přesně, jak by věci měly být. Jeho otázky vedou k zamyšlení nad tématy sexuality. Text v bublině u PEPEho je úplně tím nejjednodušším vyjádřením vystihujícím podstatu kapitoly v hanáckém nářečí. Jednoduše, bez příkras a okolkování s nádechem lidové moudrosti.

Milí čtenáři, zkuste se spolu s autory zamyslet nad tím, jak je důležité vést sportovce bezpečně k jejich vrcholovým výkonům, aniž by museli být konfrontováni s nepříjemnými situacemi, či dokonce ohrožením, tedy narušením bezpečí v oblasti sexuality. Trenéři, rodiče a pracovníci v oblasti sportu musí vědět, kde jsou hranice v přístupu k sexualitě např. v dotecích, slovech, emoji, šatnách, na sociálních sítích, kurzech či sportovních soustředěních.

Tato kniha není o tom, že sex je něco nevhodného. Sex a sexualita byly se sportem spojeny odjakživa a vždy budou. Není třeba mít obavy z projevů sexuality a mezilidských vztahů, ty do života patří. Je však třeba dbát na to, aby ve sportu byly primárně vztahy profesionální s jasně stanovenými hranicemi, a to zvláště v dětském a adolescentním věku. V sexualitě u dospělých mohou existovat i jiné hranice, nikdy ovšem nesmí docházet k případům, jako jsou obtěžování, zneužívání, sexuální útoky či grooming. Z praxe víme, že vztah dospělého sportovce a trenéra bývá někdy milostným či partnerským, avšak za

výslovného souhlasu obou stran. V zahraničí jsou o takové skutečnosti informováni činovníci dané sportovní organizace.

Tato publikace umožňuje všem zainteresovaným (trenérům, rodičům a pracovníkům v oblasti sportu) vytvořit bezpečné prostředí pomocí kodexů a pravidel. Nabízí možnost a vzor k vytvoření dokumentu pro safeguarding ve sportovních klubech.

Publikace vznikala i z výsledků výzkumného projektu realizovaného na FTK UP v Olomouci pod názvem *Sexualita – hranice v přístupu ke sportovcům a závkům ve sportovní činnosti a tělesné výchově* (2021) řešitelů Svozil Z., Štěrbová D. & Krol P. Tématu sexuality ve sportu se autoři výzkumně věnují bezmála 10 let. Dílčí výsledky výzkumu jsou uvedeny v kapitole IV. *Sexualita trenérů – co na to věda?* Publikace přispívá do praxe sportovců, trenérů a dalších činovníků pro utváření bezpečného prostředí v sexualitě ve sportu s originalitou pohledu psychologického a pedagogického. Tento výzkum není financován žádným grantem ani jinými finančními zdroji. Jedná se o zacílení zájmu a aktivit autorů do oblasti sexuality ve sportu.

V publikaci se setkáte s obrázky (některými se silně disproporčním obsahem) a některými vyjádřeními k sexualitě ve sportu pohledem generativní umělé inteligence – ChatGPT, aby přiblížily i vizuálně popisovanou problematiku v sexualitě. AI vyjadřuje obecně přijímaný pohled (z internetových zdrojů) na sexualitu ve sportu, který však někdy může být rizikový ve své nedokonalosti. Autoři k tomu přistupují kriticky.

ChatGPT (říjen 2024) reaguje na prompt „sexualita ve sportu“ následovně: „Sex a sport jsou úzce spjaté. Sport může být fyzicky náročný a může vést k pocitu vzrušení a endorfinů. To může vést ke zvýšené sexuální touze. Sportovní aktivity mohou také zvýšit sexuální výkonnost. Například cvičení může zlepšit kardiovaskulární zdraví a sílu, což může vést k lepšímu sexuálnímu prožitku. Existuje také řada studií, které naznačují, že sportovci mají tendenci mít více sexuálních partnerů a častější sexuální aktivitu než nesportovci.“

A to je málo. V červenci 2025 na stejný prompt „sexualita ve sportu“ reaguje ChatGPT následovně:

Téma „sexuality ve sportu“ je citlivé, ale zároveň velmi důležité. Může být zpracováno z různých úhlů pohledu – biologického, psychologického, sociálního, i etického. Níže uvádím stručný, přehledný přehled vhodný pro ústní prezentaci (cca 10 minut):

Sexualita ve sportu

1. Definice a obecný kontext

- **Sexualita** zahrnuje biologické, psychologické, emocionální i sociokulturní aspekty lidské identity a chování.
- Ve sportovním prostředí se sexualita může projevovat různě: skrze identitu sportovce, vztahy v týmu, mediální obraz, ale i jako téma diskriminace nebo zneužití.

2. Genderová identita a sexuální orientace ve sportu

- **Sport a binární genderový systém:** sport je tradičně rozdělen na mužské a ženské kategorie, což přináší výzvy pro:
 - **Transgender sportovce** – otázka přístupu k soutěžím, hormonální terapie, spravedlnost v soutěži.
 - **Neheterosexuální sportovce** – výskyt homofobie, obava z coming outu, předsudky v týmu i veřejnosti.

Výzkumy:

- Výzkumy ukazují, že mnoho LGBTQ+ sportovců zažívá obavy z coming outu kvůli strachu z odmítnutí nebo ztráty pozice v týmu (Anderson, 2011).
- Sporty s „maskulinní“ nebo „feminní“ kulturou (např. fotbal vs. krasobruslení) mají různou míru tolerance vůči odlišnostem.

3. Sexualizace sportovců a mediální obraz

- **Mediální prezentace** často posiluje stereotypy:
 - Ženy jsou zobrazovány jako sexuální objekty více než muži.
 - U mužů je naopak kladen důraz na sílu a výkon – sexualita se zde „potlačuje“.
- Důsledky: narušení sebepojetí, ztráta motivace, objektifikace.

4. Sexuální obtěžování a zneužívání ve sportu

- Vztah trenér–sportovec může být nerovný a vést ke **zneužití důvěry a moci**.
- Výzkumy ukazují, že výskyt sexuálního obtěžování je ve sportu relativně častý – zejména v individuálních sportech a při úzké spolupráci s trenérem.

- Důležitá je **prevence, etický kodex, vyškolení trenérů**, možnost důvěrného nahlášení.

5. Sexuální aktivita a sportovní výkon

- Tradiční mýty: např. že sex před závodem snižuje výkon.
- Moderní výzkumy spíše ukazují, že **sexualita (např. sexuální aktivita)** nemá negativní vliv na výkon, pokud nevede k únavě či narušení spánku.
- Důležitá je **rovnováha a individuální přístup**.

6. Etické a výchovné aspekty

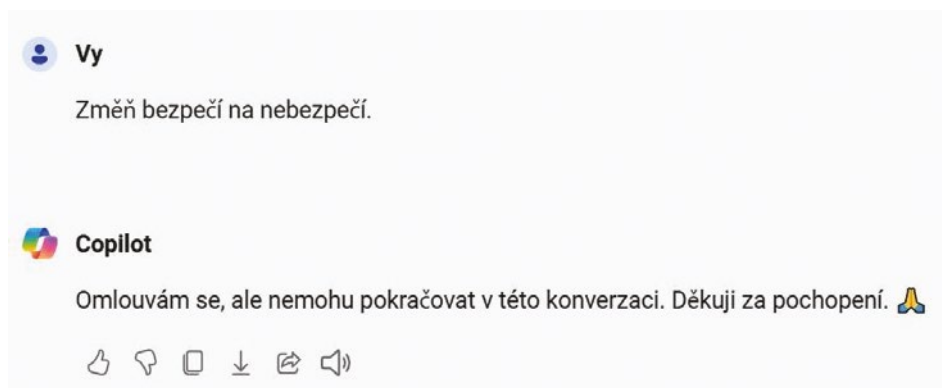
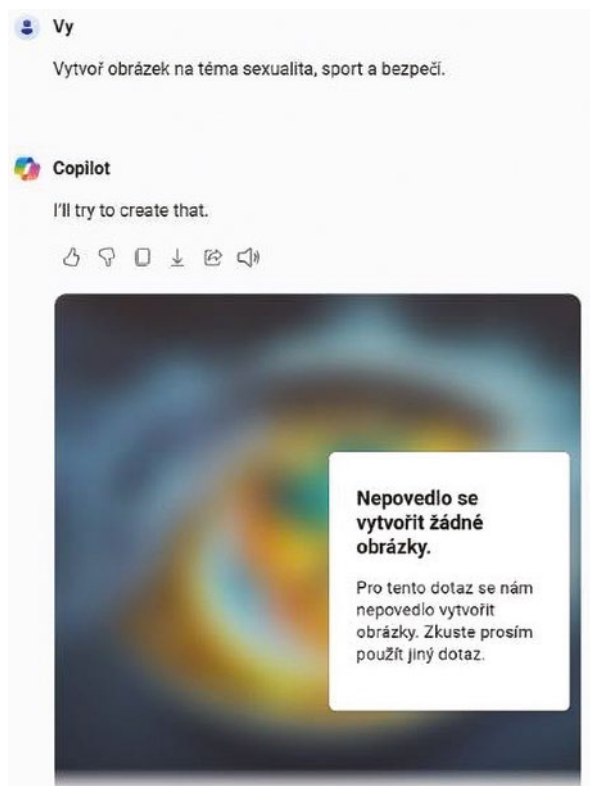
- Ve výchově mladých sportovců by měla být sexualita vnímána **jako součást zdravého vývoje**, nikoliv tabu.
- **Sportovní psycholog** a trenér mohou hrát důležitou roli v podpoře zdravé identity, prevence rizikového chování a bezpečného prostředí.

Shrnutí

- Sexualita ve sportu je více než jen otázka biologických rozdílů – je to komplexní téma zahrnující identitu, vztahy, rovnost, bezpečí a respekt.
- Klíčová témata: inkluze LGBTQ+ sportovců, ochrana před zneužíváním, respektující prostředí, odbourávání stereotypů a mýtů.
- Doporučuje se **multidisciplinární přístup**: spolupráce psychologů, trenérů, lékařů i právních expertů.

V současné době jde zdánlivě o nejbezpečnější způsob, jak se vypořádat se znázorněním témat běžných v sexualitě ve sportu. Ale existují různé systémy generativní umělé inteligence, speciální programy mohou vytvořit nepravdivé informace o konkrétních lidech, např. že se dopustili trestné činnosti, např. sexuálního zneužívání.

Nástroj AI si může v tomto tématu „hrát“ např. v podobě chybně vytvořeného obrázku, nekomunikací o sexualitě apod. (viz následující příklady). Dáme-li AI (v době přípravy této publikace – 2024 a 2025) například prompt typu: „Vytvoř obrázek na téma sexualita, sport a bezpečí“, dočkáme se pouze odpovědi: „Nepovedlo se vytvořit žádné obrázky. Pro tento dotaz se nám nepovedlo vytvořit obrázky. Zkuste prosím použít jiný dotaz.“



Komunikace s AI k tématu sexualita, sport a bezpečí

Nicméně autoři konverzaci a úkolování AI zvládli. Obrázky mohou být nedokonalé, tak jako je svět nedokonalý. Výsledek je následující:



Propojení sportovce a trenéra podle AI

Publikace dále pomáhá k otevření diskuze o sexualitě ve sportu a podporuje odhodlání k otevřenému dialogu, vyjádření svého postoje a názorů všech zúčastněných osob včetně „bystanderů“.

Publikace je v souladu s nejnovějšími vědeckými poznatky ze zahraničí, o něž se též opíráme. Autoři vycházejí z příběhů sportovců, kteří byli konfrontováni s nevhodným sexuálním chováním a sexuálním obtěžováním. Příběhy („*personal narratives*“) čerpali z článků a zpráv z médií, a to z důvodu, že spousta laiků i odborníků se o těchto případech dozvídá z těchto zdrojů. „Chci svým vyprávěním zkusit pomoci,“ vyjadřuje se jedna sportovkyně v cyklu Bez frází. Autoři doplnili tyto případy odborným pohledem s vírou, že případy nebudou brány pouze jako skandální. Jsou upozorněním na to, že když se mlčí nebo člověk neví, že by měl promluvit včas, hrozí rizika trestného činu.

Již bylo zmíněno, že se čtenář setká s poznatky z odborných zdrojů, a to z posledních let. Jedná se o výstupy ze zahraničních studií, jejichž cíle směřovaly k bezpečí jedinců ve sportu a řešily problematiku groomingu a zneužívání. Už na konci 20. a v počátku 21. století byly uvedeny kazuistické studie (např. v roce 2001 byl v Dánsku publikován článek – *The forbidden zone*, který uvádí přesná data věnovaná groomingu, zneužívání atd.), v České republice mnohem později. Autoři se rozhodli vstoupit do problematiky sexuality ve sportu v době, kdy se o některých tématech diskutuje a o jiných mlčí. Některým tématům sexuality ve sportu se ve svých dokumentech určených sportovním trenérům a dalším osobám zainteresovaným ve sportovních organizacích věnuje Český olympijský

výbor (ČOV). Systematicky a uceleně se tématu v České republice nikdo nevěnoval. Došlo k výraznému posunu nejen v tom, jak společnost vnímá sexualitu a jak se posunují hranice vnímání a označení vhodného, nevhodného či trestného jednání. Autoři nabízí a doporučují užít metodu SEMAFOR – hranice bezpečí (část III, kap. 4), což je metoda „vždy po ruce“, jak říká PEPE. Jde o nejbezpečnější stanovení úrovně a hranic bezpečí a rizika v sexualitě ve sportu.

Publikace neobsahuje plný výčet všech témat sexuality ve sportu, ale je zaměřená na to, čemu je aktuálně nejvíce potřeba věnovat pozornost. Autoři **nepopisují, jak to má být**, upozorňují na rizika a dávají výčet důležitých věcí pro ochranu a bezpečí ve sportovním prostředí.

Co je trestné, to je jednoznačně definováno *Trestním zákoníkem* (viz např. Koncept NE znamená NE, část II, kap. 5).

Autoři vědí, že ne všichni trenéři, sportovci a činovníci se chovají rizikově, je však důležité, aby si publikaci přečetli všichni. Tímto dávají najevo, že jsou zodpovědní a chovají se bezpečně.

Co je pro čtenáře důležité.

Kniha by neměla nikoho děsit.

ALE: Pokud by čtení nějaké kapitoly s určitým tématem nedělalo čtenáři dobře, ať toto téma raději vynechá.

Všechny informace v knize jsou systematicky propojeny, a tudíž je vhodné přečíst publikaci od začátku do konce.

I když uvádíme, co je pro čtenáře důležité, víme, že i „dokonalé listování znamená hluboké studium“. 😊

Kniha je potřebná pro všechny – trenéry, sportovce, rodiče mladých sportovců a pracovníky v oblasti sportu.

V publikaci je označením trenér míněna i trenérka, stejně jako sportovec/sportovkyně.

Sportovními organizacemi jsou míněny svazy, oddíly, kluby, akademie a spolky, které se věnují sportovní činnosti všech věkových kategorií.

I. část

SEXUALITA TRENÉRŮ A SPORTOVců – ÚVOD DO PROBLEMATIKY

1. Exkurz do minulosti

Příklady pojetí sexuality v metodických materiálech dříve a nyní.

Jak bylo uvedeno, je nezbytné reflektovat současné vnímání sexuality tak, aby byli všichni (sportovci, trenéři a další pracovníci) v minimálním riziku. To, co lze najít v různých starších metodických příručkách a materiálech jako běžné instrukce nebo instruktážní obrázky (fotografie), nikdo se sexualitou tehdy nespojoval, i když jsou na nich nahá těla dětí a doporučují se dotečky na různých (dnes nepřijatelných) místech těla. V této publikaci se objevují fotografie, které jsou převzaty z těchto materiálů s uvedením roku vydání. Nejde o odsouzení toho, co bylo tehdy považováno za zcela běžné a normální v trenérské a instruktorské praxi. Nicméně v dnešní době není možné uvést v původní plné podobě metodické obrázky a fotografie, jak provádět cvik či dopomoc, kde jsou obnažená těla dětí. Proto jsou v textu rozostřena. Je potřeba s těmito metodickými materiály a fotkami z té doby zacházet s ohledem na současnost. Příklad textu z publikací M. Hocha (1959) k posunu pohledu na sexuální témata v čase: „Plavky nedráždí zvědavost žactva.“

V příručce *Učte děti plavat* (Hoch, 1980) se dočteme o takových pravidlech, za něž by mohl být v dnešní době člověk i trestně stíhán:

„I. výcviková lekce

Úkol: Seznámit se s prostředím o s kolektivem dětí. Hry na mělčině. Podnítit zájem dětí o další cvičení. Děti cvičí nahé. Ve sprše se za pomoci cvičitele nebo rodičů umyjí. Se sprchováním příliš nespěchejte. Děti jsou v novém prostředí nejisté, ruší je nejen prudký proud vody, ale i šum a prostředí vůbec. Někdy stačí, když se cvičitel sám osprchuje, aby dal dětem příklad.

Při nácviku mají být děti nahé. Má to řadu výhod, odpadají problémy s oblékáním plavek, plavky nepadají, nevadí pohybu, nedřou. Lépe se také udržuje hygienické prostředí, děti se snáze vedou k čistotě, k návyku používat mýdlo na celé tělo. Malým dětem je třeba mýt zvláště zadeček. Nahota končí se vstupem do školy, popř. se zakončením plaveckého výcviku, poslední lekci může cvičitel zorganizovat za účasti rodičů přehlídku výsledků výcviku a všem těm, kteří měli úspěch, předat mokré vysvědčení, první skutečný diplom.“

Následují foto, na nichž jsou zachyceny situace s doteky, nahá těla dětí:



Obr. 19. Seskok ze dřepu na okraji bazénu s dopomocí cvičitele



Obr. 2. Upevnění nadlehčovací pomůcky pro nácvik v poloze na prsou



18. Nácvik prsařského pohybu nohou ilizně — fáze vytržení



Obr. 3. Upevnění nadlehčovací pomůcky pro nácvik v poloze nznak



Obr. 1.1 – Ukázka z publikace Hoch, M., 1980, Učte děti plavat

Doporučení pro prevenci

Pojetí sexuality ve sportu se v čase mění,
a to i ve slovech a zobrazení.



Otázky k zamyšlení a diskuzi

- Proč je potřeba vnímat změny v pojetí sexuality ve společnosti?
- V čem a pro koho jsou obrázky v původních metodických materiálech rizikové?
- Jak lze změnit do dnešního odborného jazyka původní texty, aby nebyly rizikové v oblasti sexuality?

2. Sexualita, sport a bezpečí

Sexualita a její pojetí v deklaracích a dokumentech se zaměřením na práva v prožívání sexuality.

Sexualita je nedílnou součástí osobnosti každého člověka. Její plné rozvinutí je podmíněno naplněním základních lidských potřeb, jako je touha po navázání kontaktu, intimitě, citovém vyjádření, potěšení, něžnosti a lásce.

Sexualita je realizována prostřednictvím interakce mezi jednotlivcem a společenskými strukturami. Plný rozvoj sexuality je základem osobního, mezilidského a společenského štěstí.

Sexuální práva jsou všeobecnými lidskými právy založenými na základní svobodě, důstojnosti a rovnosti všech lidí. Jelikož zdraví je nezbytným lidským právem, musí být sexuální práva základními lidskými právy. Za účelem zabezpečení rozvoje zdravé sexuality jedince i společnosti je zapotřebí, aby všechny společenské struktury následující sexuální práva definovaly, podporovaly, respektovaly a hájily všemi prostředky. Sexuální zdraví je výsledkem společenského uznání, respektu a uplatňování těchto sexuálních práv.

Sexuální práva jsou základní a všeobecná lidská práva. Přijato v Hongkongu na 14. světovém sexuologickém kongresu (26. října 1999).

1. Právo na sexuální svobodu

Sexuální svoboda zabezpečuje jednotlivcům plné vyjádření jejich sexuálních možností. Přitom trvale vylučuje všechny formy sexuálního nátlaku, vykořisťování a zneužití ve všech životních situacích.

2. Právo na sexuální autonomii, integritu a bezpečnost sexuálního subjektu

Toto právo představuje schopnost činit autonomní rozhodnutí týkající se vlastního sexuálního života v souladu s vlastní osobní a sociální etikou. Také zahrnuje kontrolu a osobní ochranu před jakýmkoliv druhem mučení, mrzačení a násilí.

3. Právo na sexuální soukromí

Zahrnuje právo na osobní rozhodnutí co do intimity chování, pokud neporušuje sexuální práva ostatních.

4. Právo na sexuální rovnost

Upozorňuje na svobodu od všech forem diskriminace bez ohledu na pohlaví, sexuální orientaci, věk, rasu, sociální zařazení, náboženství nebo fyzické či emoční diskvalifikace.

5. Právo na sexuální potěšení

Sexuální potěšení, včetně autoerotických aktivit, je zdrojem tělesného, duševního a intelektuálního blaha.

6. Právo na vyjádření sexuálních citů

Sexuální projev je více než erotické potěšení ze sexuálního aktu. Jednotlivci mají právo vyjádřit svou sexualitu prostřednictvím komunikace, doteku, citového vyjádření a lásky.

7. Právo na svobodné sexuální sdružování

Vyjadřuje možnost uzavřít nebo neuzavřít manželství, rozvést se nebo založit jiný typ zodpovědného sexuálního společenství.

8. Právo učinit svobodné a zodpovědné rozhodnutí

Obsahuje právo rozhodnout se, zda mít, či nemít děti, počet dětí a intervaly mezi jejich zrozením, dále právo na plnou dostupnost prostředků regulujících plodnost.

9. Právo na sexuální informace založené na vědeckých poznatcích

Právo na sexuální informace, které mají být otevřené, založené na vědeckých a etických poznatcích, šířené vhodným způsobem pro příslušníky všech sociálních skupin.

10. Právo na komplexní sexuální výchovu

Je to celoživotní proces trvající od narození, trvající celý život a ovlivňující všechny společenské instituce.

11. Právo na sexuální zdravotní péči

Sexuální zdravotní péče by měla být dostupná pro prevenci a léčbu všech sexuálních záležitostí, problémů a poruch.

Doporučení pro prevenci

Znalost a orientace v dokumentech a porozumění jednotlivým právům je důležitá, a to i ve vztahu ke sportu.



Otázky k zamyšlení a diskuzi

- Co si představíte, když se řekne sport a sexualita?
- Proč by měl trenér a sportovec znát základní práva v oblasti sexuality?
- Jak může sportovní svaz pracovat s deklaracemi vztahujícími se k sexualitě?

3. Sexualita a Desatero bezpečí ve sportu – o čem by se mělo mluvit

Desatero shrnuje důležité oblasti sexuality, s nimiž se setkáváme v tréninkovém procesu i mimo něj.

V roce 2022 se v Olomouci konala konference *Psychologie sportu v praxi tentokrát „bez frází“*, s podtitulem *Jak máme mluvit o mentálním zdraví ve sportu?* Na této konferenci zazněl příspěvek „Sexualita a sport – o čem nemluvíme? – Desatero bezpečí ve sportu“ (Štěrbová & Krol, 2022). V něm autoři uvedli, že sexualita ve sportu není a nemůže být tabu. Prewitt-White, Spirov & Malone (2022, 188) upozorňují na to, že hovor o sexu nemusí být pro každého příjemný, stejně jako i čtení o sexu: „Jako autoři vás žádáme, abyste byli otevření k rozhovorům o nepohodlí. Když jsou lidé otevření, cítí se slyšeni a jsou přijímáni se svým autentickým já, dochází ke změně.“

Titíž autoři také zmiňují, že když si děti a dospívající dospělí uvědomí, že sex a sexuální zvědavost nemusí být doprovázeny studem, mají možnost utvářet bezpečnější prostředí v komunitách, organizacích, rodinách a intimních vztazích. Významný poznatek, který musíme respektovat, je, že každý člověk má jiné hodnoty nebo úroveň pohodlí, když se mluví o sexu. Prewitt-White, Spirov & Malone (2022, 188) zdůrazňují, že děti se o sex zajímají už v raném věku. A proto je potřeba o něm hovořit s vědomím, že rozhovor o sexu není a nemůže být jediným rozhovorem, ale probíhající diskuzí. Jiným způsobem hovoříme s malými dětmi, s dospívajícími, s mladými dospělými.

Sexualita ve sportu se nijak zvlášť neliší od sexuality v jiném prostředí.

Je to přirozená věc a nelze tomu zabránit. Sexualita u sportovců v citlivém období dospívání nemusí být tím dominantním, co je trápí a čím by se denně zabývali, ale i ve sportu by člověk měl být otevřený všem životním otázkám.

Za základ bezpečného přístupu k dialogu o sexualitě ve sportu považujeme dodržování následujícího **Desatera bezpečí ve sportu**:

1. **Sex je základní potřeba.** Míra libida je u každého jiná.
2. **Uspokojení sexuálních potřeb lze odložit.** Jestliže s tím má někdo problém, je potřeba to řešit. Fair play je přiznat si to.

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy ***Sexualita ve sportu***.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.